



# 浦川原区総合事務所からの ～お知らせ～

<編集・発行>

浦川原区総合事務所

〒942-0393 上越市浦川原区釜淵5番地

TEL 025-599-2301 FAX 025-599-2225

E-mail: uragawara-ku@city.joetsu.lg.jp

ホームページ

https://www.city.joetsu.niigata.jp/

soshiki/uragawara-ku/

2020年6月号

浦川原区からののお知らせは上越市ホームページ上でカラーでご覧いただけます。



## 新型コロナウイルス感染拡大を予防する「新しい生活様式」を実践しましょう

新型コロナウイルス感染症対策には、自らを感染から守るだけでなく、自らが周囲に感染を拡大させないことが大切であり、一人ひとりの心掛けが何よりも重要です。日常生活の中に「新たな生活様式」を取り入れてください。

### (1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- 遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときには、症状がなくてもマスクを着用
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

### 移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

### (2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに手洗い・手指消毒
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



### (3) 日常生活の各場面別の生活様式

#### 買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ませます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

#### 公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

#### 娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

#### 食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

#### 冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

### (4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

# 【浦川原区】第11回特別弔慰金請求相談日のご案内

「特別弔慰金」は、先の大戦において公務等のため国に殉じた軍人等の方々に思いをいたし、国として弔慰の意を表すために、そのご遺族に支給するものです。

請求相談窓口が混雑しないよう、請求者のお住いの町内会ごとに請求相談日を設けます。都合がつかない場合は、別の相談日にお越しいただいても構いません。

請求相談時間は1件あたり30分～1時間と見込んでいます。待ち時間が長くなることも予想されますのであらかじめご了承ください。

町内会別請求相談期間が終了後（令和2年8月21日（金）以降）も総合事務所で受け付けます。請求期限は、令和5年3月31日までです。早めの手続きをお願いします。

## ◆町内会別請求相談期間

**令和2年7月1日（水）～8月21日（金）まで 受付時間…午前9時～午後4時**

- ・請求に必要な戸籍等の交付業務が午後5時15分で終了するため、受付に必要となる戸籍等が交付できない場合を考慮し、終了時間を午後4時とさせていただきます。
- ・8月21日（金）以降も、総合事務所窓口で随時、受付を行います。

## ◆町内会別請求相談日

請求相談日	対象町内会	請求相談日	対象町内会
7月 1日（水）	釜淵	7月21日（火）	今熊・山本
7月 2日（木）	有島	7月22日（水）	桜島・岩室
7月 3日（金）		7月27日（月）	長走・菱田
7月 6日（月）	顕聖寺	7月28日（火）	谷・真光寺
7月 7日（火）		7月29日（水）	横住・坪野
7月 8日（水）	下柿野・上柿野	7月30日（木）	熊沢
7月 9日（木）	東俣	7月31日（金）	法定寺・追出
7月10日（金）	上岡・杉坪	8月 3日（月）	虫川
7月13日（月）	横川	8月 4日（火）	中猪子田
7月14日（火）	六日町・日向	8月 5日（水）	
7月15日（水）	印内	8月 6日（木）	下猪子田・小蒲生田
7月16日（木）	山印内	8月 7日（金）	小谷島・蕨岡・上猪子田
7月17日（金）	飯室	8月11日（火）～	予備日
7月20日（月）		8月21日（金）	

## ◆浦川原区総合事務所のほか、次の場所でも相談をお受けしています。

### ○上越市役所木田庁舎1階市民ホール 特別弔慰金特設請求相談窓口

- ・浦川原区総合事務所と同じく7月1日（水）から8月21日（金）まで開設しています。

### ○上越市役所木田庁舎福祉課（1階）電話：025-526-5111（代表）

- ・令和5年3月31日まで随時受付します。

## ◆お問合せ…浦川原区総合事務所 市民生活・福祉グループ

担当：滝澤 ☎599-2304

## 休日に「マイナンバーカード」の申請等を受け付けます。

- 内 容…マイナンバーカードの申請と交付、電子証明書の更新
- 受付日…6月13日（土）、28日（日）の午前9時～  
※事前の予約が必要です。前日の午後5時まで電話で予約してください。  
※予約が無い場合は窓口は開設していません。
- 持ち物…手続きによって異なりますので、下記までお問合せください。
- ◆問 合 せ…市民生活・福祉グループ  
☎599-2304

## 6月の健(検)診延期のお知らせ

6月16日(火)・17日(水)の健(検)診は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため延期となりました。新たな健診日程や受診方法等については、6月中旬以降に受診券とあわせて送付する予定です。

- ◆問合せ…市民生活・福祉グループ  
☎599-2304

# 延期のお知らせ



♪これ一枚で安心、上越市の路線が乗り放題♪

## 使ってお得 バスフリー乗車券&定期券のご案内！

### 1日フリー乗車券

上越市内の路線が1日乗り放題の乗車券です！（高速バス・市営バス・定期観光バスを除く。）

おとな：1,000円

こども：500円

（バス車内で購入可能）

### おでかけフリー定期券

上越市内の路線が乗り放題の定期券です！（高速バス・市営バス・定期観光バスを除く。満70歳以上または運転免許返納された方のみ購入可能。）

1か月券：5,100円

3か月券：12,700円

6か月券：20,300円

### 【販売窓口】

頸城自動車(株)、高田駅前、直江津駅前、直江津ショッピングセンター前の各案内所

頸北観光バス(株)、頸南バス(株)、東頸バス(株)のバス営業所

- ◆問合せ…頸城自動車バス営業所 ☎025-543-3178



## 高田図書館浦川原分館インフォメーション

### 「新刊情報」

- ・ Word&Excelでできる自治会・PTAで役立つ書類の作り方  
(AYURA) 【編集】
- ・ 人生が変わる！「直感」の磨き方  
(ワタナベ 薫) 【人生訓】
- ・ わかれ縁  
(西條 奈加) 【小説】
- ・ へんしん！いろいろれっしゃ  
(ふくなが じゅんぺい) 【絵本】
- ・ あおのじかん  
(イザベル・シムレール) 【絵本】

### 「貸出実績」

- ・ 4月の実績：186人／774冊  
※個人・団体含む



### 「ご利用時間・休館日」

- ・ 火～金曜日…午前10時～午後7時
- ・ 土・日・祝日…午前10時～午後6時
- ・ 6月の休館日…1日、8日、15日、22日、29日

◆問合せ…高田図書館浦川原分館

☎599-2830

### 「おはなし会のお知らせ」

《おとぎのへや》

とき：6月6日(土)

午前10時30分～11時30分

対象：小学生以下のお子さん

※次は7月4日(土)だよ！

毎月第1土曜日に開催しています。

(12月、1月は除く)



《おはなし会1・2・3》

とき：6月20日(土)

午前11時～11時20分

対象：3歳以下のお子さんと保護者

※次回は5月16日(土)だよ！

毎月第3土曜日に開催しています。

**※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となる場合があります。ご了承ください。**

開催場所：高田図書館浦川原分館

おはなしスペース

## 東頸消防署からのお知らせ

携行缶でガソリンを購入する際に本人確認、使用目的の確認を行うとともに販売記録を作成することが義務付けられています。皆様のご理解とご協力をお願いします。

ガソリンや軽油、灯油などの危険物の取扱いには十分ご注意ください。

### 危険物安全週間

6月7日(日)～13日(土)



【危険物安全週間推進標語】

「訓練で 確かな信頼 積み重ね」

◆問合せ…東頸消防署 ☎025-592-0119

### 市税などの納期

お忘れのないようお願いします。

納期限 6月30日(火)

■市・県民税(第1期)

■介護保険料(第3期)

■国民年金保険料(5月分)

◆問合せ…市民生活・福祉グループ

☎599-2304

### し尿収集のお知らせ

希望する場合は、早めにお申し込みください。

○6月の収集日…6月23日(火)

7月 1日(水)

◆申込み…(株)環境サービス

☎599-2527